



加州發展服務部

應急準備公告

夏季安全 • 2026 年 6 月

一些夏季安全防護措施

夏季可能帶來極端高溫、野火風險和停電。無論您居住在加州的哪個地方，以下資源都可以幫助您保持安全並了解最新資訊。

氣溫升高時，有些縣會開放避暑中心。人們可以利用圖書館或社區中心等有空調的地方休息和降溫。在酷暑天氣，避暑中心可能會在有限的時間內開放。

及時了解資訊是保障自身安全最簡單的方法之一。縣級緊急警報會發布有關高溫緊急情況、火災、疏散和其他當地災害的重要更新資訊。



- 尋找您所在縣的避暑中心：[避暑中心與資源 \(caloes.ca.gov\)](https://caloes.ca.gov)
- 註冊接收您居住或工作地點的本地緊急警報：[Listos California \(listoscalifornia.org\)](https://listoscalifornia.org)
- 如果您居住在火災頻繁的地區，請查詢 Watch Duty。這個免費工具可以顯示加州各地消防機構發布的當前火災、疏散警報和最新消息。了解關於 Watch Duty (watchduty.org) 的更多資訊。

您不需要一次完成所有事情。即使採取一個步驟，例如註冊接收警報，也能對保障您的安全產生真正的影響。

寵物和兒童防暑安全：車輛

切勿將兒童或寵物留在高溫車內。

即使車窗開著一條縫或車停在陰涼處，停放的車輛也會很快升溫。據美國國家公路交通安全管理局 (NHTSA) 稱，車輛內部溫度在短短 10 分鐘內即可升高約華氏 20 度。這意味著，原本 80 華氏度的天氣，車內溫度很快就會升至華氏 100 度左右。

兒童、寵物、老年人和殘疾人士可能對高溫非常敏感，可能無法自行從車內出來。

以下是一些實用建議：

- 駕駛者下車時，請務必檢查後座是否有人或物品。
- 駕駛者可以將手機、包包或其他重要物品放在後座上，提醒自己下車前檢查後座。



如果看到有兒童、寵物或人在高溫的車內，請撥打 9-1-1。
即使他們只是在炎熱的車內待幾分鐘，也可能面臨危險。

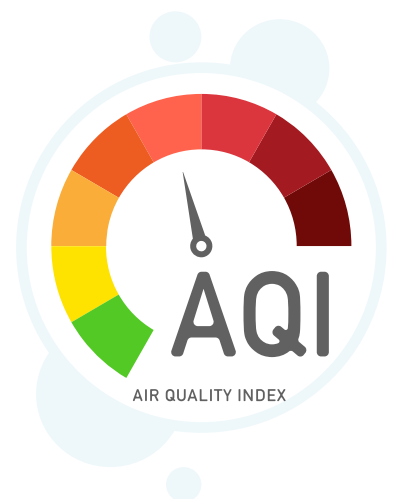
來源：[嬰兒和兒童與高溫 \(cdc.gov\)](https://www.cdc.gov)，[高溫與寵物 \(cdc.gov\)](https://www.cdc.gov)

空氣品質

外出前請檢查空氣品質

夏季，有許多因素會導致室外空氣品質變差，令人難以呼吸。空氣品質不佳會使呼吸更加困難，特別是對於患有氣喘或嚴重心肺疾病的人士。**出門前：**

- 請造訪 [AirNow.gov](https://www.airnow.gov) 查看空氣品質指數 (AQI)，以了解空氣品質是好還是壞。
- 當 AQI 較差/不健康時，限制戶外活動時間。
- 如果室外空氣煙霧瀰漫或灰塵較多，請關閉門窗。
- 如果可以，請使用空調或空氣清淨機。
- 如果空氣品質不佳導致呼吸困難，請諮詢醫生應該採取哪些措施。
- 如果您感到呼吸困難、頭暈或胸痛，請立即撥打 911。



防雷安全：雷聲響起，趕緊進屋

2026 年 6 月 21 日至 27 日是全國防雷安全意識週。即使您所在的地方沒有下雨，閃電也可能很危險。如果您聽到雷聲，表示您離閃電很近，可能會被閃電擊中。

如果附近有雷聲，請按照以下步驟保護自己免受雷擊：



- 進入堅固的建築物或硬頂車輛內。
- 遠離窗戶、門廊、露臺和開放式遮蔽處。
- 暴風雨期間，請避免使用水槽、淋浴或任何需要插電的設備。
- 最後一次雷聲過後至少等待 30 分鐘再回到戶外。
- 雷雨天氣不要站在樹下或待在空曠的地方。當附近有閃電時，戶外沒有安全的地方。

來源：[美國國家防雷安全委員會 \(lightningsafetycouncil.org\)](https://lightningsafetycouncil.org)，[防雷安全意識週 \(weather.gov\)](https://weather.gov)

請在您的瀏覽器
中收藏我們的
「應急準備」網頁！



個人二維碼
(dds.ca.gov)



服務提供者二維碼
(dds.ca.gov)